

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar (65% atau 13 orang) pasien DM yang ada di RW 05 Desa Depok Kecamatan Bendungan Kabupaten Trenggalek tidak patuh dalam menjalankan diet DM dan sebagian kecil (35% atau 7 orang) pasien DM patuh melakukan diet.

5.2 Saran

Saran yang dapat peneliti berikan berdasarkan hasil penelitian yang ditemukan sebagai berikut:

1. Bagi tenaga kesehatan

Lebih meningkatkan hubungan dengan masyarakat salah satunya dengan cara melakukan penyuluhan kesehatan yang rutin kepada masyarakat di wilayah kerja puskesmas, sehingga akan meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan dan meningkatkan perilaku hidup sehat agar masyarakat mampu merubah perilaku menjadi lebih baik.

2. Bagi keluarga pasien

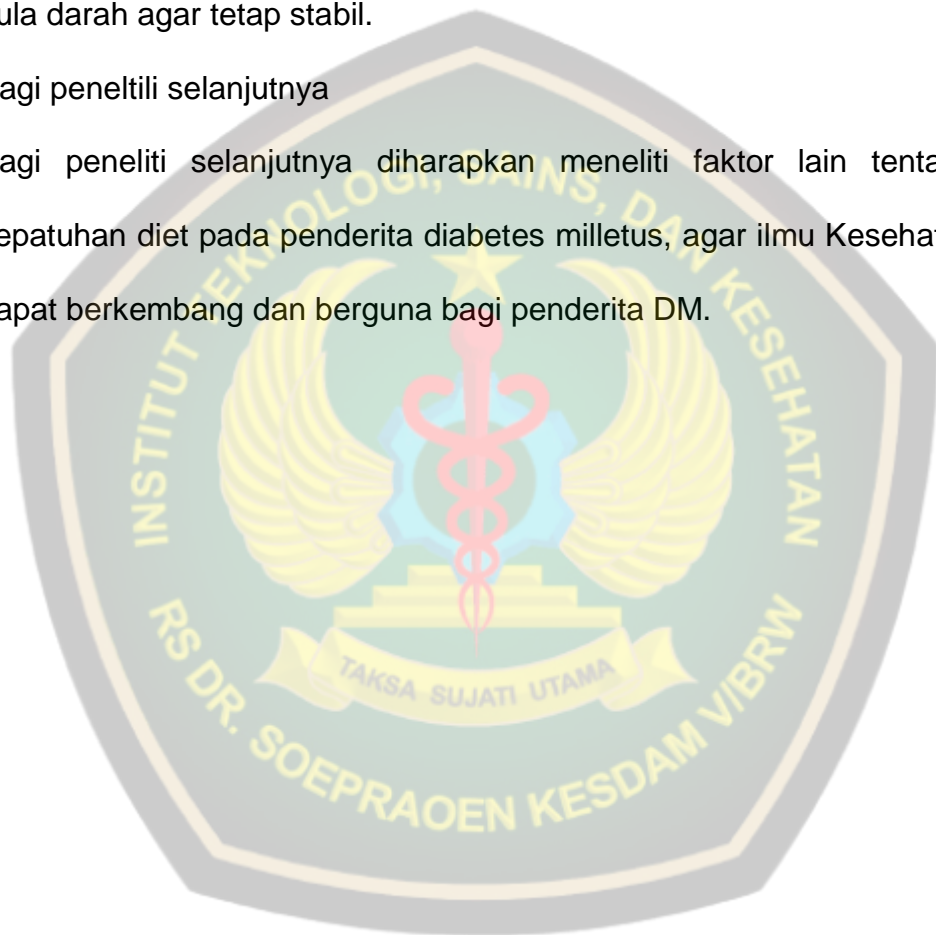
Memberikan suport serta mendukung segala bentuk pengobatan yang terbaik. Saat pasien melakukan diet, keluarga berperan dalam mengingatkan tentang makanan yang sebaiknya tidak dikonsumsi dan dapat memantau aktivitas selama proses diet.

3. Bagi penderita DM

Diharapkan penderita diabetes melitus menerapkan pola makan dengan diet 3J, patuh dalam meminum obat, serta rajin berolah raga dengan teratur. Selain itu dianjurkan untuk melakukan pemeriksaan kadar gula darah secara teratur minimal 1 atau 2 bulan sekali. Dengan mengetahui kadar gula darah secara kontinue maka dapat mengontrol gula darah agar tetap stabil.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan meneliti faktor lain tentang kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus, agar ilmu Kesehatan dapat berkembang dan berguna bagi penderita DM.



DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier. 2017. *Penuntun Diet Edisi terbaru*. Jakarta: PT SUN
- Aspiani. 2014. *Buku Ajar Ilmu Gizi: Gizi dalam Daur Kehidupan*. Jakarta : EGC.
- Aziz. 2018. *Metode Penelitian Untuk Keperawatan*, Jakarta : Salemba Medika
- Azwar. 2016. *Ilmu Pengetahuan Dan Perilaku Manusia*. Bandung : Alfabeta
- Blous. 2014. *Correlates of self efficacy in diabetes self-care among Hispanic adults with diabetes*. *The Diabetes Educator* 2014; Volume 26; Number 4
- Donelly, 2014. *Karakteristik Pengetahuan Dan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Di Puskesmas Pekan Labuhan Medan*. TM Conference Series 01 (2014), Page 038–045
- Essy. 2013. *Correlates of self efficacy in diabetes self-care among Hispanic adults with diabetes*. *The Diabetes Educator* 2013; Volume 26; Number 4.
- Hans E., Li, L. and Grace, S.L. 2018. *Gender And Nutrition Management In Type 2 Diabetes*. *Canadian Journal of Dietetic Practice and Research*, 66 (4):215-220
- Hartono. 2016. *Mengenal Diabetes Mellitus : Panduan Praktis Menangani Penyakit Kencing Manis*. Jogjakarta: Penerbit Kata Hati
- Hestiana. 2017. *Ilmu Penyakit Dalam, Jilid III, Edisi keempat*. Jakarta : Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Hidayat. 2017, *Metode Penelitian Kuantitatif*, Bandung : Alfabeta
- IDF. 2015. *IDF Diabetes Atlas Sixth Edition*. <http://www.IDF.org/sites/default/files/ATLAS-Poster-2015EN.pdf> diakses pada tanggal 12 Oktober 2020
- Indrawati. 2012. *Penyembuhan Diabetes Mellitus*. University Press. Surabaya

- Isniati. 2017. *Diabetes Melitus Penyakit Kencing Manis*. Yogyakarta: Kanisius
- Kemenkes RI. 2018. *Perencanaan Diet Bagi Penderita Diabetes Mellitus Type II*. [http://: Perencanaan Diet DM](http://PerencanaanDietDM) akses 12 Oktober 2020. Jam 20.30 WIB
- Konis. 2012. *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Surabaya: Salemba Medika
- Marlene. 2016. *100 Question & Answers Hipertensi*. Jakarta : PT Elex Media Komputindo, Gramedia
- Masharani. 2007. *Penatalaksanaan Diabetes Mellitus Terpadu*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia
- Nazier. 2018. *Metodelogi Penelitian*. Jakarta : Ghalia Indonesia
- Notoadmodjo. 2018. *Metodelogi Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nursalam. 2017. *Konsep dan Penerapan Metodelogi Penelitian Ilmu Keperawatan*, Surabaya: Salemba Medika
- Perkeni. 2015. *Kosensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Mellitus Di Indonesia 2015*. PB Perkeni
- Putri. 2018. *Diabetes Mellitus*. <http://journal.uui.ac.id/index.php/Snati/article/view/1175/1003> didapat tanggal 19 januari 2021 jam 15.00 WIB).
- Ramayulis. 2009. *Asuhan Gizi Klinik*. Jakarta: EGC
- Rikesdas. 2018. *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018*.[http://:www.depkes.go.id/recources/download/general/hasil%20 Riskesdas%202013.pdf](http://www.depkes.go.id/recources/download/general/hasil%20Riskesdas%202013.pdf) diakses pada tanggal 20 November 2020
- Siti. 2018. *Penatalaksanaan Diet Diabetes Mellitus*. [http://www.klikdokter.com/ article/ detail/357](http://www.klikdokter.com/article/detail/357) didapat tanggal 11 November 2020 jam 18.00 WIB)
- Sugiyono. 2018, *Metode Penelitian*, Bandung: Alfabeta
- Syamsi. 2015. *Diabetes tipe 2 dan tatalaksana terkini*. Departemen Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Krida Wacana Jakarta

- Tera. 2015. *Segala sesuatu yang harus anda ketahui tentang Diabetes : Panduang Lengkap Mengenal dan Mengatai Diabetes dengan Cepat dan Mudah*. Jakarta : Penerbit PT Gramedia Pustaka Utama
- Tjokroprawiro. 2016. *Diet Sehat untuk Penderita Diabetes Mellitus*. Jakarta: Penerbit Penebar Swadaya.
- Wahyu. 2017. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Diet Diabetes Mellitus pada Pasien DM*. Jurnal Keperawatan, 1(3): 97-107
- Waspadji. 2015. *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam Jilid III. Edisi kelima*. Jakarta: Interna Publishing
- Yasmara. 2017. *Seri Kesehatan Bimbingan Dokter pada Diabetes*. Jakarta: Dian Rakyat
- Yuli. 2015. *Terapi Gizi & Diet Rumah Sakit*. Jakarta: EGC



